

EEN SPIEKBRIEFJE VOOR JE BRIEF

HET HEDEN

Begin de brief met je huidige situatie.

TIP

Enkele richtvragen:

- Waar ben je nu?
- Hoe gaat het met je? Hoe voel je je nu?
- Wat wil je graag kwijt over de afgelopen dagen, weken, maanden?
Is er iets bijzonders gebeurd (iets leuks, iets vervelends, iets waar je geen mening over hebt)?
- Wat houdt je wakker? Wat houdt je bezig? Wat vind je belangrijk?
- Wie zijn de belangrijkste personen in je leven op dit moment?
- Waar ben je momenteel fier op?
- Ben je gelukkig?
- Wat loopt moeizaam?
- ...

DE TOEKOMST

Kies een termijn wanneer je de brief wilt lezen: binnen een half jaar of binnen 1, 2, 3, ... 10 jaar?

TIP

Enkele richtvragen:

- Welk soort persoon wil je zijn?
- Waar wil je wonen? Wie woont er bij je (in de buurt)?
- Wat wil je nog bereiken? (tip: wees zo concreet mogelijk, dan wordt het haalbaarder om ook echt te doen!)
- Wat wil je beter kunnen dan nu?
- Waar wil je goed in zijn?
- Wat wil je blijven doen?
- Wie of wat wil je behouden in je leven?
- Welk advies zou je geven aan je toekomstige zelf?
- Wat wens je jezelf toe?
- Wat zou je graag tegen dan veranderen aan jezelf?
- Waar wil je je mee bezig houden (vb. hobby, interesses, werk, ...)?
- ...